

www.cuisine4arabe.com
جنان لالة
خاص بالعجائن
تقليدي
15 وصفة
تبث على
سميرة TV
Samira
Edition
La Plume
www.cuisine4arabe.com





www.cuisine4arabe.com



DjenaneLala

SOMMAIRE الفهرس



31, Rue Ouazène Mohamed - Bordj El Kiffan - Alger - Algerie
Tél/fax: 00 213 21 21 11 03 - 00 213 21 20 3
Mob: 00 213 556 380 100
Site web: www.editionlaplume.com

كعيكعات مقلية

المقادير

- 500 غ فرينة (سيم)
- ملعقة كبيرة زيت
- ملعقة كبيرة سكر
- 2 بيض
- ملعقة صغيرة خميرة الخبز
- بشور نصف حبة ليمون
- ملعقة صغيرة فانيليا
- 1 لتر ماء دافئ

INGRÉDIENTS

- 500 g de farine (Sim)
- 1 cuillère à soupe d'huile
- 1 cuillère à soupe de sucre
- 2 œufs
- 1 cuillère à café de levure de boulanger
- Le zeste d'un demi-citron
- 1 cuillère à café de vanille
- 1 litre d'eau tiède







1

حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.





2

داخل جفنة، ضعي الفرينة المغربلة ثم أضيفي الزيت.

Dans une terrine, mettre la farine tamisée puis ajouter l'huile.



3

أضيفي بشور الليمون و السكر و الخميرة .

Ajouter le zeste de citron, le



4

ضعي الفانيليا و البيض. اخلطي جميع المكونات جيدا.

Mettre la vanille et les œufs. Bien mélanger le tout.



5

أضيفي الماء الدافئ و اجمعي العجينة. شكلي كرية من العجينة و اتركيها ترتاح.

Ajouter l'eau tiède et ramasser la pâte. Former une boule et laisser reposer.



6

شكلي حرابيش لفيها ثم شكلي أساور و اقليها في الزيت الساخن حتى تحمر. رمدي الأساور في السكر الناعم و قدميها.

Former des boudins et façonner des bracelets puis mettre à frire dans l'huile chaude jusqu'à dorure. Napper les bracelets dans du sucre glace et servir.



www.cuisine4arabe.com



العجيجات



المقادير

- 500 غ فرينة (سيم)
- 1 ملعقة كبيرة زيت
- 1 ملعقة كبيرة سكر
- 1 بيض
- 1 ملعقة صغيرة خميرة الخبز
- بشور نصف ليمون
- 1 ملعقة صغيرة فانيليا
- 1 لتر ماء دافئ

INGRÉDIENTS

- 500 g de farine (Sim)
- 1 cuillère à soupe d'huile
- 1 cuillère à soupe de sucre
- 1 œuf
- 1 cuillère à café de levure de boulanger
- Le zeste d'un demi-citron
- 1 cuillère à café de vanille
- 1 litre d'eau tiède







داخل جفنة، ضعي الفرينة المغربلة و البيض و الزيت و السكر و الخميرة و الفانيليا و بشور الليمون. اخلطي جيدا.

Dans une terrine, mettre la farine tamisée, l'œuf, l'huile, le sucre, la levure, la vanille et le zeste de citron. Bien mélanger le tout.



أضيفي الماء الدافئ و اجمعي العجينة.

Ajouter l'eau tiède et ramasser la pâte.



شكلي كرية من العجينة و اتركيها ترتاح.

Former une boule et laisser



على طاولة عمل مرشوشة بالفرينة، ابسطي العجينة و قطعيها إلى أقراص باستعمال القالب.

Sur une planche farinée, abaisser la pâte et à l'aide d'un emporte pièce découper la pâte en cercles.



سخني الزيت و اقلي العجيجات.

Faire chauffer l'huile et frire les beignets dedans.



اقلي العجيجات حتى تحمر ثم رمديها في السكر.

Frire les beignets jusqu'à dorure puis les napper de sucre



www.cuisine4arabe.com

 ule

خفاف بالسميد

المقادير

- 1 كغ سميد (سيم)
- كأس فرينة (سيم)
- ملح
- 2 ملاعق كبيرة خميرة الخبز
- ماء دافئ

INGRÉDIENTS

- 1 kg de semoule fine (Sim)
- 1 verre de farine (Sim)
- Sel
- 2 cuillères à soupe de levure de boulanger
- Eau tiède





داخل جفنة، ضعي السميد و الفرينة و الملح و الخميرة. أضيفي الماء لجمع العجينة.

Dans une terrine, mettre la semoule, la farine, le sel et la levure. Ajouter l'eau pour ramasser la pâte.



ادلكي العجينة جيدا بيديك.

Bien pétrir la pâte avec les mains.



أضيفي الماء مع مواصلة الدلك حتى تحصلي على عجينة بيضاء و تشكل فقاعات.

Ajouter l'eau en continuant à pétrir jusqu'à ce que la pâte devienne



ضعي العجينة داخل وعاء و اتركيها لتخمر لمدة ساعة.

Mettre la pâte dans un bol et laisser reposer 1 heure.



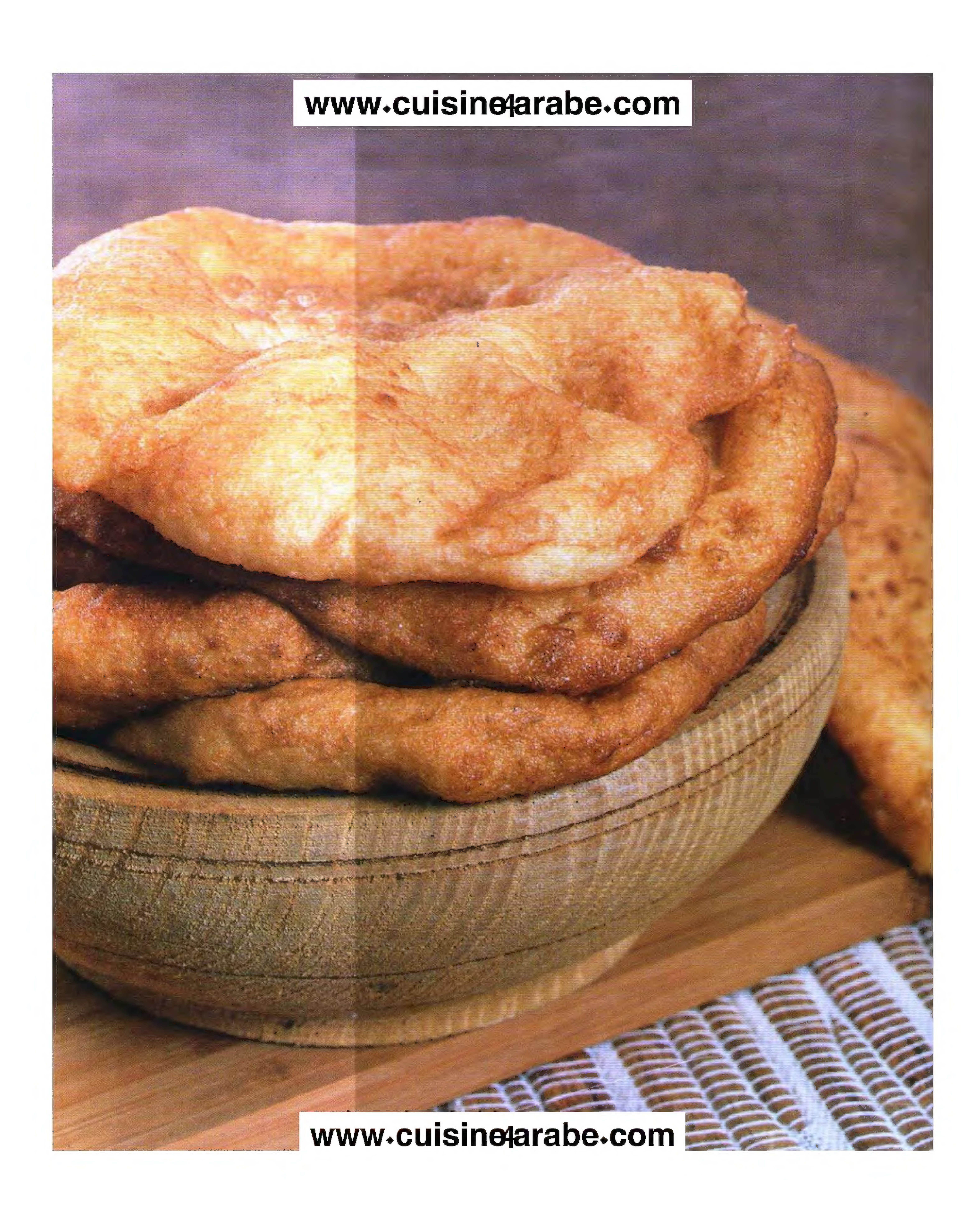
عندما تخمر العجينة، بللي يديك بالماء البارد و شكلي كرية ثم افتحي العجينة بأطراف الأصابع. اقلي الخفاف في الزيت الساخن.

Une fois la pâte levée, tremper les mains dans de l'eau froide et former des boules puis les dilater avec les bouts des doigts. Frire dans l'huile chaude.



باستعمال ملعقة كبيرة، افرغي الزيت فوق سطح الخفاف ليزيد حجمه و ليطهو حتى يكسب اللون الذهبي.

Avec une cuillère à soupe, tremper la surface du khefaf d'huile pour qu'elles doublent de volume et qu'elles cuisent jusqu'à dorure.



www.cuisine4arabe.com

 ne

خفاف بالفرينة



المقادير

- 1 كغ فرينة (سيم)
- ملح
- 2 ملاعق كبيرة خميرة الخبز
- ماء دافئ

INGRÉDIENTS

- 1 kg de farine (Sim)
- Sel
- 2 cuillères à soupe de levure de boulanger
- Eau tiède







داخل جفنة، ضعي الفرينة و الملح و الخميرة.

Dans une terrine, mettre la farine, le sel et la levure.



أضيفي الماء لجمع العجينة. ادلكي العجينة قليلا ثم أضيفي الماء حتى تحصلي على عجينة طرية.

Ajouter l'eau pour ramasser la pâte. Pétrir légèrement la pâte puis ajouter l'eau jusqu'à l'obtention d'une pâte molle.



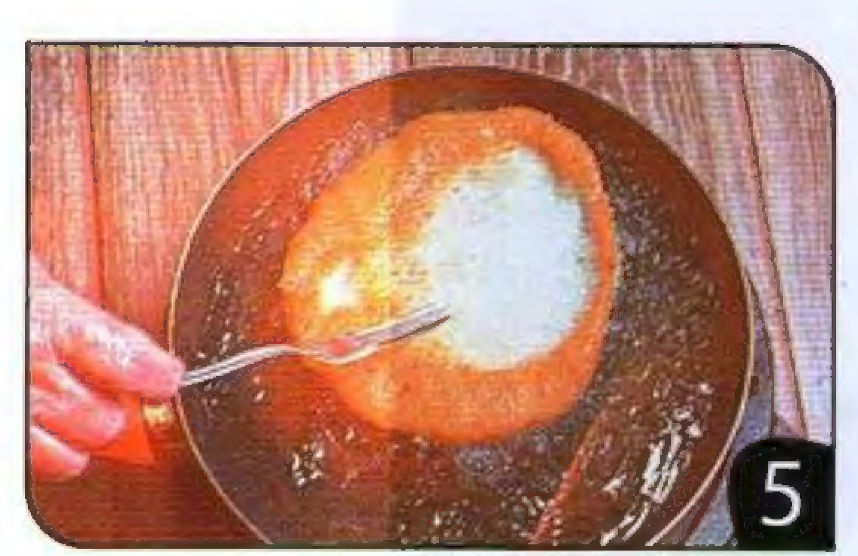
ضعي العجينة داخل وعاء و اتركيها لتتخمر لمدة ساعة.

Mettre la pâte dans un bol et



عندما تتخمر العجينة، بللي يديك بالماء البارد و شكلي كرية ثم افتحي العجينة بأطراف الأصابع. اقلي الخفاف في الزيت الساخن.

Une fois la pâte levée, tremper les mains dans de l'eau froide et former des boules puis les dilater avec les bouts des doigts. Frire dans l'huile chaude.



باستعمال ملعقة كبيرة، افرغي الزيت فوق سطح الخفاف ليزيد حجمه و ليطهو حتى يكسب اللون الذهبي.

Avec une cuillère à soupe, tremper la surface des khefaf d'huile pour qu'elles doublent de volume et qu'elles cuisent jusqu'à dorure.



www.cuisine4arabe.com

مثقبة



المقادير

- 4 كيلات سميد متوسط (سيم)
- 1 كيلة زبدة (منها 4 ملاعق كبيرة زيت)
- ملح
- ماء

INGRÉDIENTS

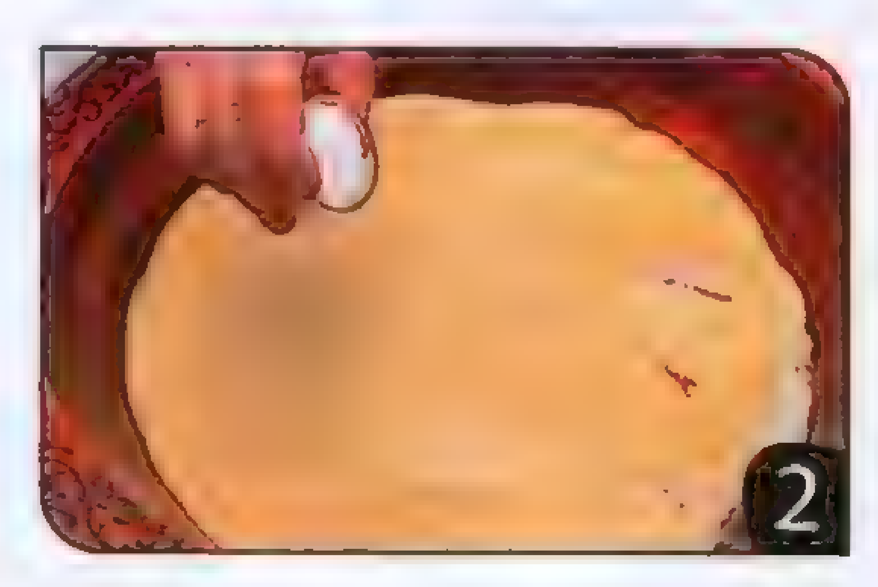
- 4 mesures de semoule moyenne (Sim)
- 1 mesure de beurre (dont 4 cuillères à soupe d'huile)
- Sel
- Eau





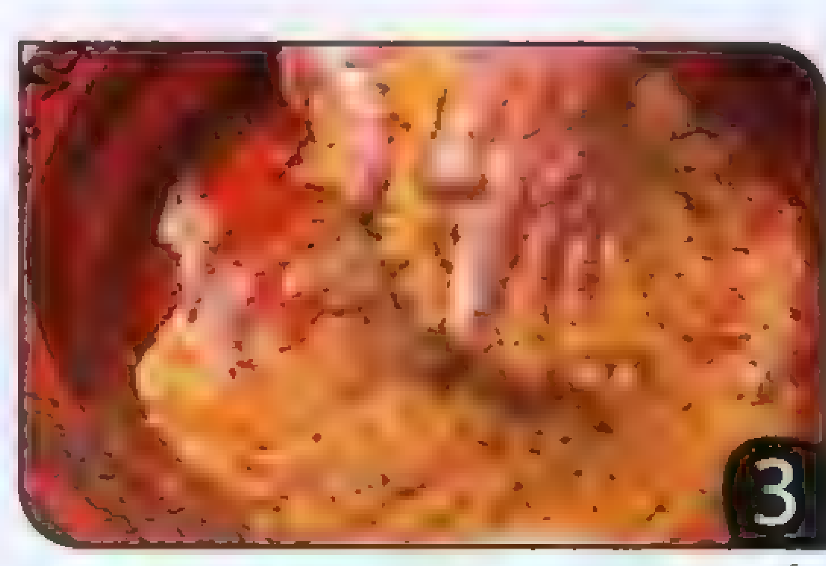
1. حضري المقادير.

Préparer les ingrédients.



2. داخل جفنة، ضعي السميد و الملح و اخلطي جيدا.

Dans une terrine, mettre la semoule, le sel puis mélanger.



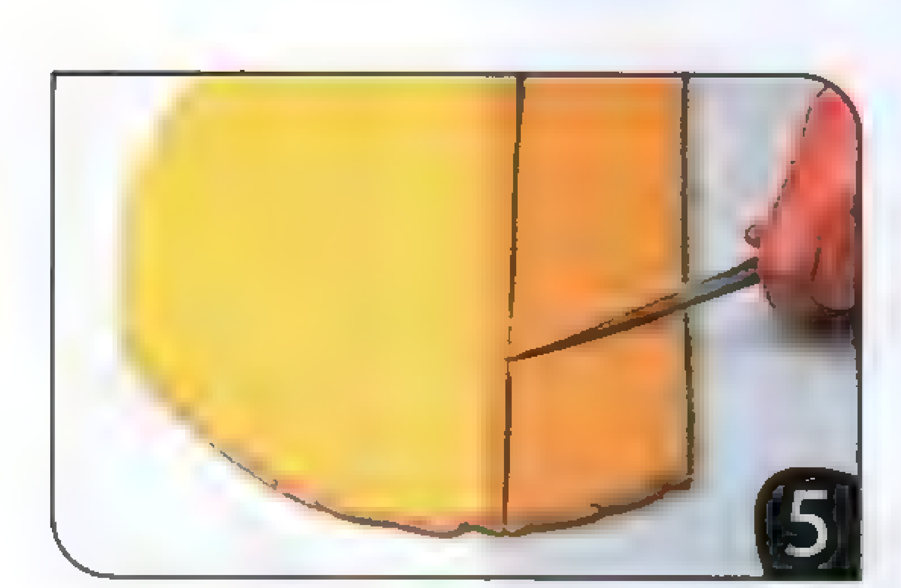
3. أفرغي كيلة الزبدة المذوبة مع الزيت. امزجي الزبدة مع السميد بفرك السميد جيدا بالأصابع.

Verser dessus la mesure de beurre fondu avec l'huile. Incorporer le beurre à la semoule en mélangeant bien avec les



4. اجمعي العجينة بإضافة الماء بكميات صغيرة حتى تحصلي على عجينة طرية و غير متماسكة.

Ramasser la pâte en ajoutant progressivement l'eau, jusqu'à l'obtention d'une pâte molle.



5. ابسطي العجينة على طاولة عمل و قطعيها إلى معينات.

Abaisser la pâte sur un plan de travail et la découper en losanges.



6. اطهي معينات المثقبة على الطاجين الساخن على طابونة.

Cuire les losanges de metaqba sur une plaque (tadjine) chauffée sur un tri-pied (tabona).



مبرجة

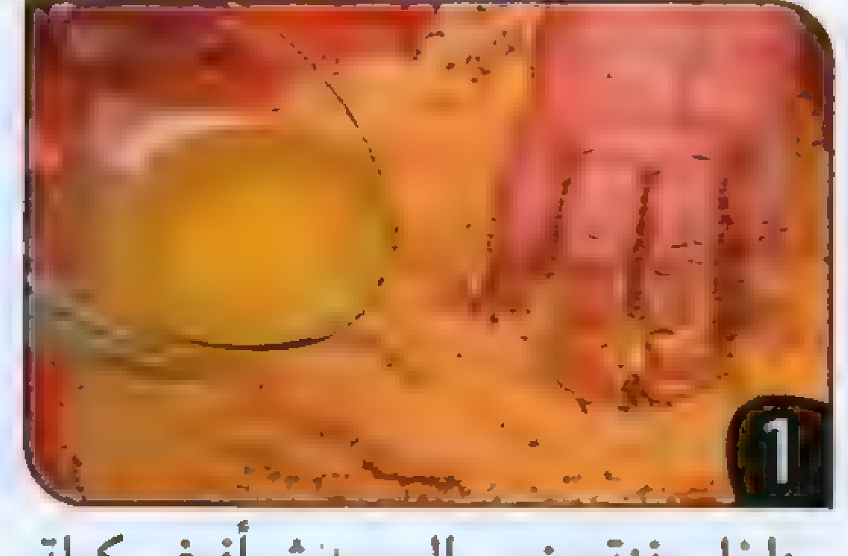
المقادير

- 4 كيلات سميد متوسط (سيم)
- 1 كيلة مملوءة جيدا زبدة
- ملح
- كيلة ماء (منها نصف كأس ماء الزهر)
- كرية غرس

INGRÉDIENTS

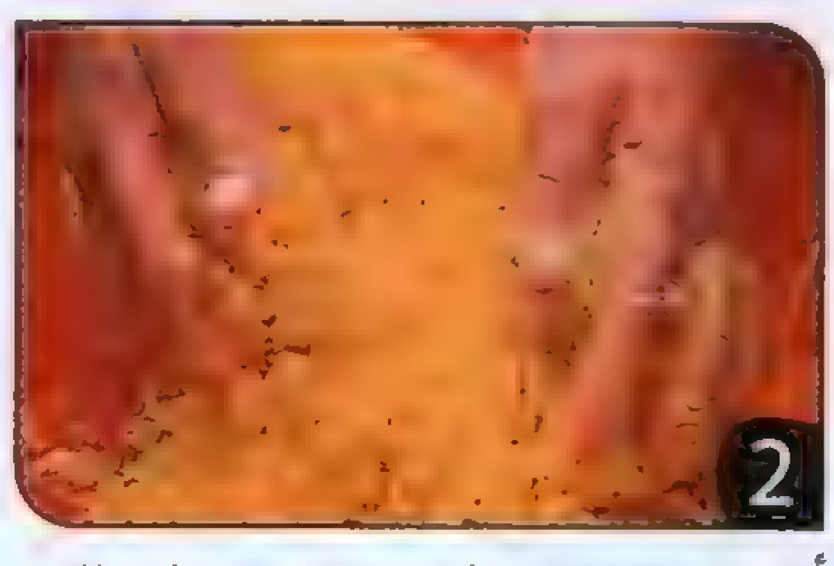
- 4 mesures de semoule moyenne (Sim)
- 1 mesure bien remplie de beurre
- Sel
- 1 mesure d'eau (dont un demi-verre d'eau de rose)
- 1 boule de ghars (purée de dattes)





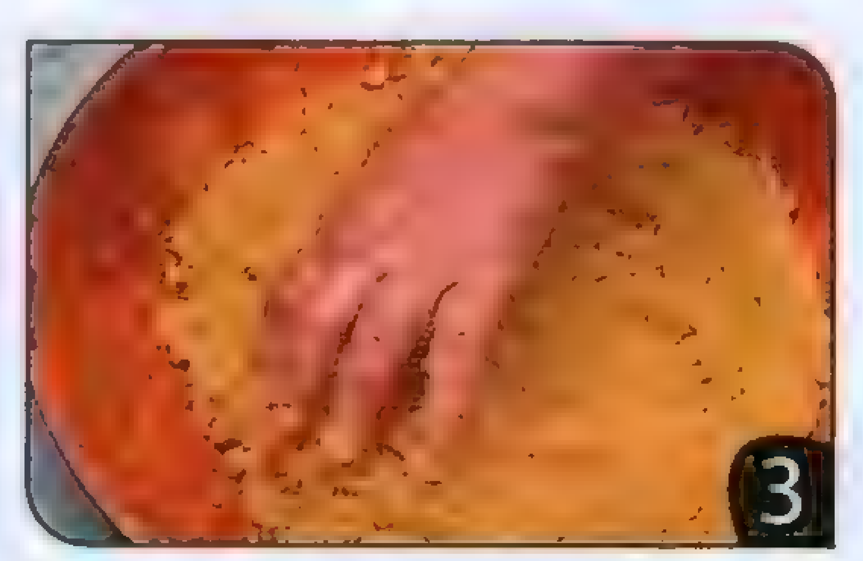
1 داخل جفنة، ضعي السميد ثم أفرغي كيلة الزبدة الذائبة.

Dans une terrine, mettre la semoule puis verser dessus la mesure de beurre fondu.



2 أضيفي الملح و اخلطي جيدا بيديك لمزج الزبدة مع السميد.

Ajouter le sel, bien mélanger avec les mains pour incorporer le beurre à la semoule.



3 اجمعي العجينة بإضافة الماء بكميات صغيرة حتى تحصلي على عجينة طرية و غير متماسكة.

Ramasser la pâte en ajoutant l'eau progressivement afin



4 ابسطي العجينة على طاولة عمل لتشكلي قرصا ثم ضعي فوقها قرصا من الغرس و غطيه بقرص آخر من العجينة.

Abaisser la pâte puis mettre dessus le disque de ghars (purée de dattes)et couvrir avec un autre disque de pâte.



5 سوي أطراف العجينة جيدا حتى تغطي الغرس كليا ثم قطعي القرص المحشو إلى معينات.

Bien ajuster el mebardja et couvrir el ghars, puis découper le disque en losanges.



6 اطهي معينات المبرجة على الطاجين الساخن على طابونة.

Cuire les losanges de mebardja sur une plaque (tadjine) chauffé sur un tri-pied (tabona)

www.cuisine4arabe.com



www.cuisine4arabe.com

 tes

مقروط التمر

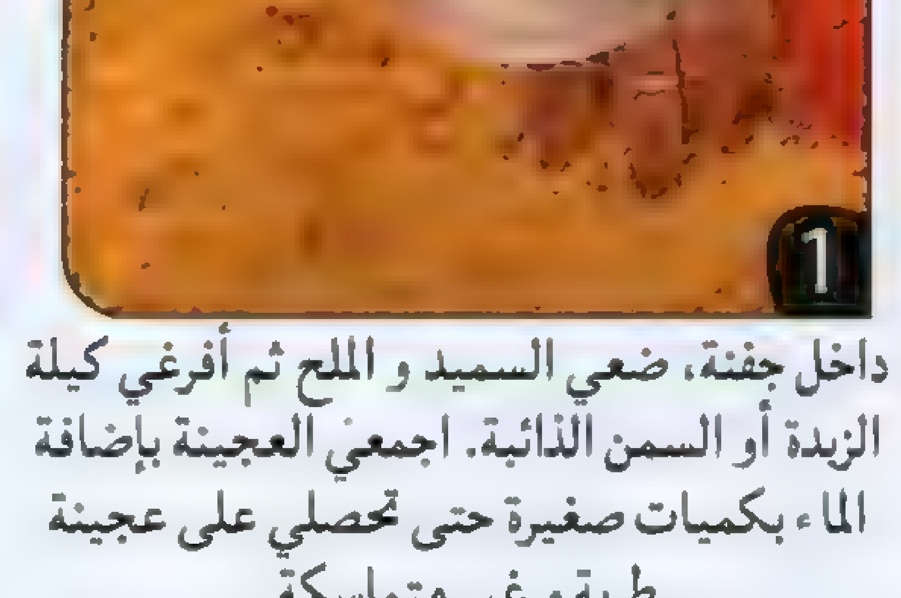
المقادير

- 4 كيلات سميد متوسط (سيم)
- 1 كيلة زبدة (منها 4 ملاعق كبيرة زيت)
- ملح
- كيلة ماء (منها نصف كأس ماء الزهر)
- كرية غرس

INGRÉDIENTS

- 4 mesures de semoule moyenne (Sim)
- 1 mesure de beurre (dont 4 cuillères à soupe d'huile)
- Sel
- Eau
- 1 boule de ghars (purée de dattes)





داخل جفنة، ضعي السميد و الملح ثم أفرغي كيلة الزبدة أو السمن الذائبة. اجمعي العجينة بإضافة الماء بكميات صغيرة حتى تحصلي على عجينة طرية و غير متماسكة.

Dans une terrine, mettre la semoule, le sel puis verser dessus la mesure de beurre ou smen fondu. Ramasser la pâte en ajoutant progressivement l'eau, jusqu'à l'obtention d'une pâte molle.



داخل وعاء ضعي الغرس، أضيفي ماء الزهر و الزبدة و اخلطي جيدا.

Dans un bol, mettre el ghars, ajouter l'eau de rose et le beurre et bien mélanger.



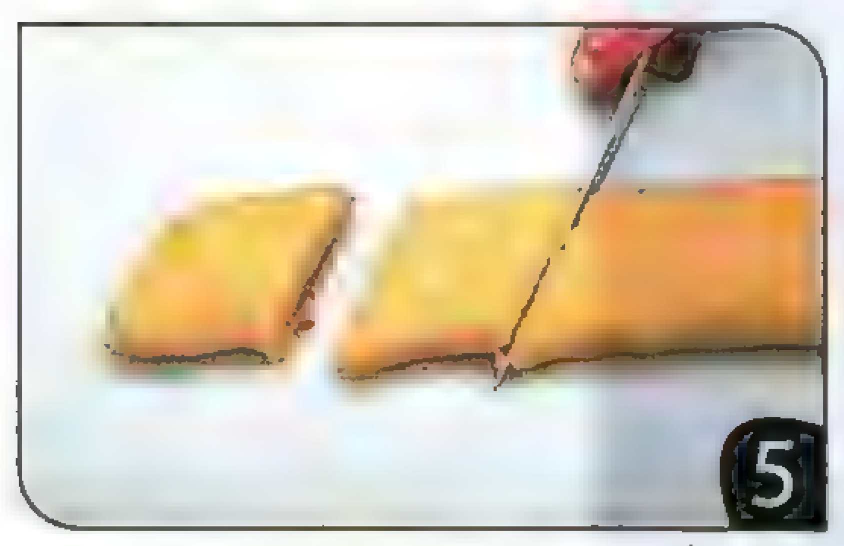
اتركي العجينة ترتاح. شكلي حربوش من العجينة ثم شكلي حفرة وسط الحربوش.

Laisser la pâte reposer. Former un



شكلي حربوش من الغرس و ضعيه وسط العجينة ثم أغلقيها بإحكام. لفي الحربوش المحشو فوق طاولة عمل لمزج الغرس مع العجينة.

Former un boudin de ghars et le placer au milieu de la pâte et refermer la pâte. Rouler le boudin sur le plan de travail pour bien incorporer el ghars à la pâte.



سوي أطراف الحربوش جيدا و ابسطيه قليلا بيدك ثم قطعيه إلى معينات.

Bien ajuster le boudin, aplatir légèrement avec la main et le découper en losanges.



اقلي معينات المقروط في الزيت الساخن حتى تحمر ثم اسقيها بالعسل الساخن.

Frire les losanges de makrout dans de l'huile chaude jusqu'à dorure puis les tremper dans du mie



www.cuisine4arabe.com

an

أغروم أقران



المقادير

- 1 كغ سميد رطب (سيم)
- 2 ملاعق كبيرة زيت
- خميرة الخبز
- ملح
- ماء دافئ

INGRÉDIENTS

- 1 kg de semoule fine (Sim)
- 2 cuillères à soupe d'huile
- Levure de boulanger
- Sel
- Eau tiède





داخل جفنة، غربلي السميد الرطب.

Dans une terrine, tamiser la semoule fine.



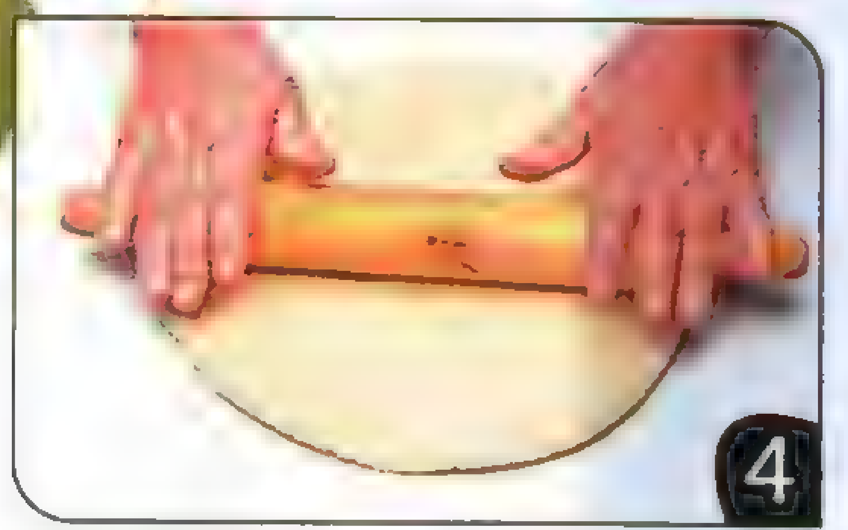
أضيفي الخميرة و الملح و الزيت. ذوبي الملح و الخميرة في الزيت.

Ajouter la levure, le sel et l'huile. Diluer le sel et la levure dans l'huile.



أضيفي الماء تدريجيا و اجمعي العجينة.

Ajouter l'eau progressivement et



شكلي كرية و ابسطي العجينة بالحلال أو باليدين.

Former une boule et abaisser la pâte avec un rouleau ou avec les mains.



ضعي الفطيرة لتطهو في الطاجين الفخار الساخن.

Mettre la galette à cuire dans un tadjine en poterie préchauffé.



اثقبي الفطيرة بالشوكة و اتركيها لتستوي على نار متوسطة على الجانبين.

Trouer la galette avec une fourchette et laisser cuire sur feu moyen sur les deux côt

www.cuisine4arabe.com



www.cuisine4arabe.com



خبز ناشف

المقادير

- 1 كغ فرينة (سيم)
- 1 كأس سميد رطب (سيم)
- 2 ملاعق كبيرة خميرة الخبز
- ملح
- ماء دافئ

INGRÉDIENTS

- 1 kg de farine (Sim)
- 1 verre de semoule fine (Sim)
- 2 cuillères à soupe de levure de boulanger
- Sel
- Eau tiède







1. داخل جفنة، ضعي الفرينة و السميد رطب و اخلطي.

Dans une terrine, mettre la farine et la semoule et mélanger.

2. أضيفي الخميرة و الملح. ذوبي الخميرة في الماء. أضيفي الماء تدريجيا حتى تجمعي العجينة.

Ajouter la levure, le sel. Diluer la levure dans l'eau. Ajouter l'eau progressivement et ramasser la pâte.



3. ادلكي العجينة بيديك حتى تصبح العجينة بيضاء و تشكل فقاعات.

Pétrir la pâte avec les mains jusqu'à ce qu'elle devienne



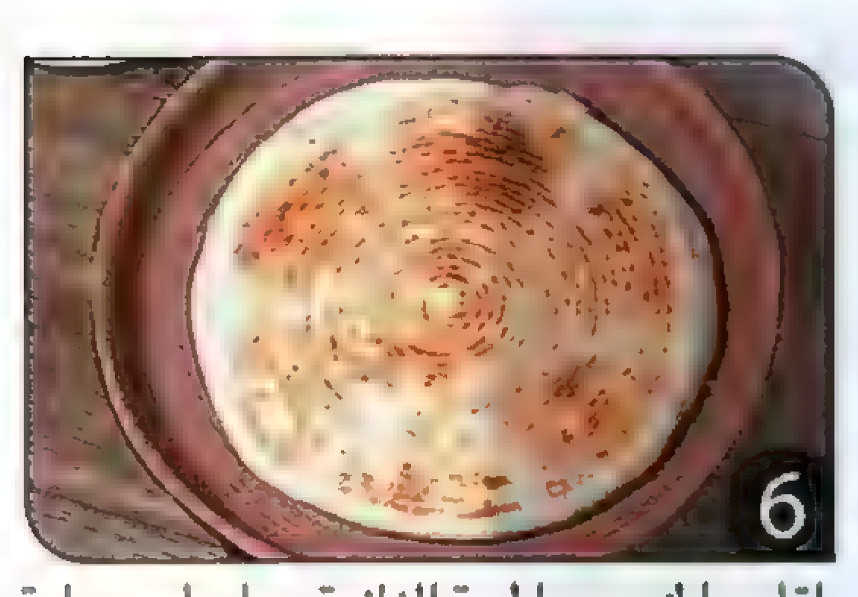
4. واصلي الدلك و بللي العجينة بالقليل من الماء حتى تصبح طرية.

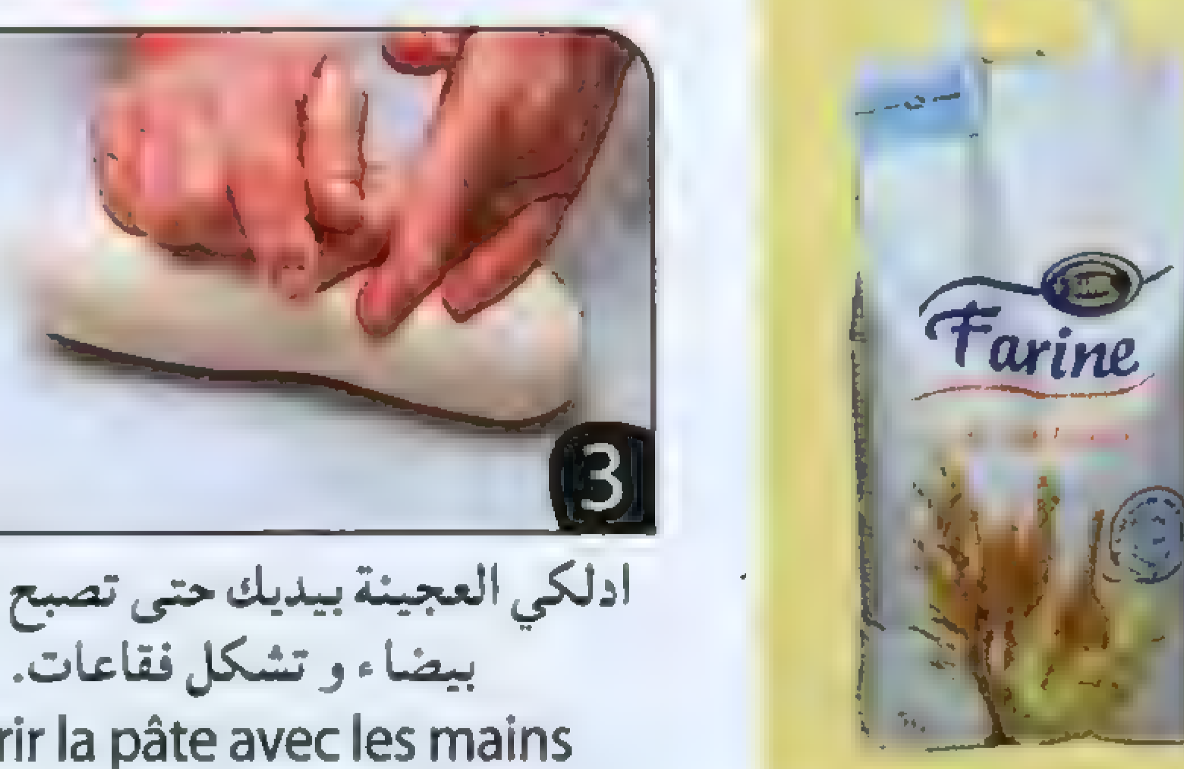
Continuer à pétrir la pâte en mouillant légèrement la pâte avec de l'eau.



5. ابسطي العجينة فوق قطعة قماش ثم غطيها و اتركيها لتخمر. ضعي الفطيرة لتطهو في طاجين الفخار الساخن.

Abaisser la pâte sur un morceau de tissu puis couvrir et laisser lever. Mettre la galette à cuire dans un tadjine en poterie préchauffé.





6. اقلبي الخبز من الجهة الثانية و واصلي عملية الطهي على نار هادئة.

Faire tourner le pain sur l'autre côté et poursuivre la cuisson sur feu doux.



www.cuisine4arabe.com

 uilletée)

المورقة



المقادير

- 1 كغ سميد رطب (سيم)
- 1 كأس فرينة (سيم)
- زيت
- ملح
- ماء دافئ

INGRÉDIENTS

- 1 kg de semoule fine (Sim)
- 1 verre de farine (Sim)
- Huile
- Sel
- Eau tiède

ملاحظة

للحصول على فطيرة مورقة، ابسطيها بضع مرات بيدك فور وضعها على الطاجين.

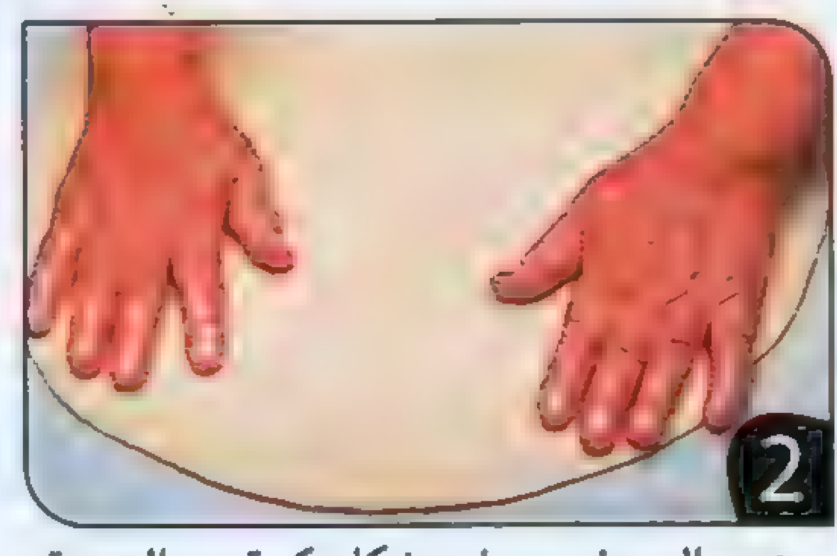
NOTE

Pour avoir une galette bien feuilletée, une fois mise sur le tadjine (la plaque) taper légèrement la galette avec la main.



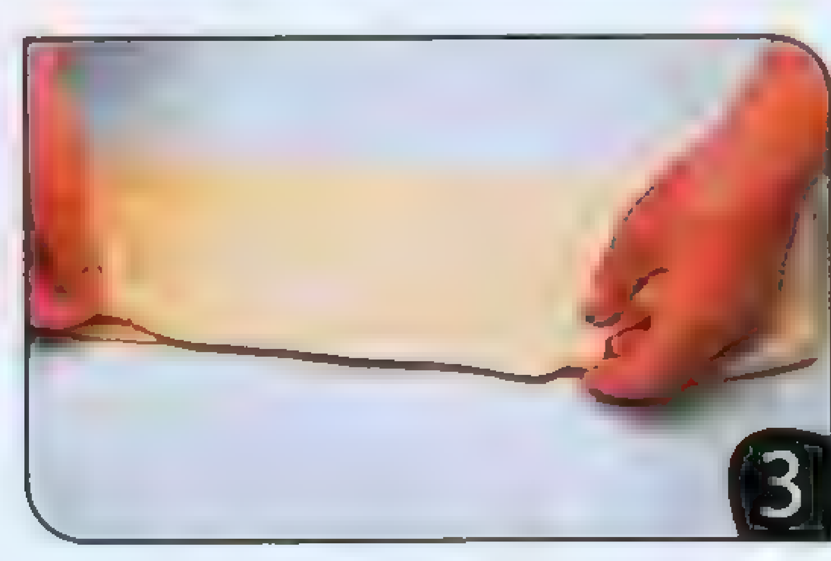
داخل جفنة، ضعي السميد و الفرينة، أضيفي الملح و اخلطي. أضيفي الماء و اجمعي العجينة. ادلكي العجينة بيديك ثم بلليها بالماء قليلا حتى تصبح بيضاء و تشكل فقاعات.

Dans une terrine, mettre la semoule et la farine, ajouter le sel et mélanger. Ajouter l'eau et ramasser la pâte. Pétrir la pâte avec les mains et la mouiller légèrement avec l'eau jusqu'à ce que la couleur de la pâte devienne blanche et forme de petites bulles.



ضعي الزيت في يديك و شكلي كرية من العجينة و اتركيها ترتاح. على طاولة عمل ملساء و مدهونة بالزيت، ابسطي العجينة على شكل قرص.

Tremper vos mains dans l'huile puis façonner une boule et laisser reposer. Sur un plan de travail lisse et huilé, abaisser la pâte avec les doigts en forme d'un cercle fin.



اطوي الجزء الأول على الجزء الثاني المقابل له لتشكي مستطيلا.

Plier le premier côté sur le deuxième côté...



ضعي القليل من الزيت ثم اطوي المستطيل طوليا على ثلاث طبقات لتحصلي على مربع.

Mettre un peu d'huile puis plier le rectangle en longueur sur trois couches et obtenir ainsi un carré.



اطوي المربع على شكل ظرف بثني الأطراف الأربعة نحو الوسط. الصقي الأطراف جيدا و شكلي كرية.

Plier le carré en forme d'une enveloppe en faisant rabattre les quatre côtés vers le centre. Bien rassembler les extrémités et former une boule.



ابسطي الفطيرة على شكل قرص و ضعيها لتطهو على طاجين ساخن على كلا الجانبين.

Aplatir la galette en forme d'un disque et mettre à cuire dans un tadjine préchauffé sur les deux côtés.





www.cuisine4arabe.com

البغرير

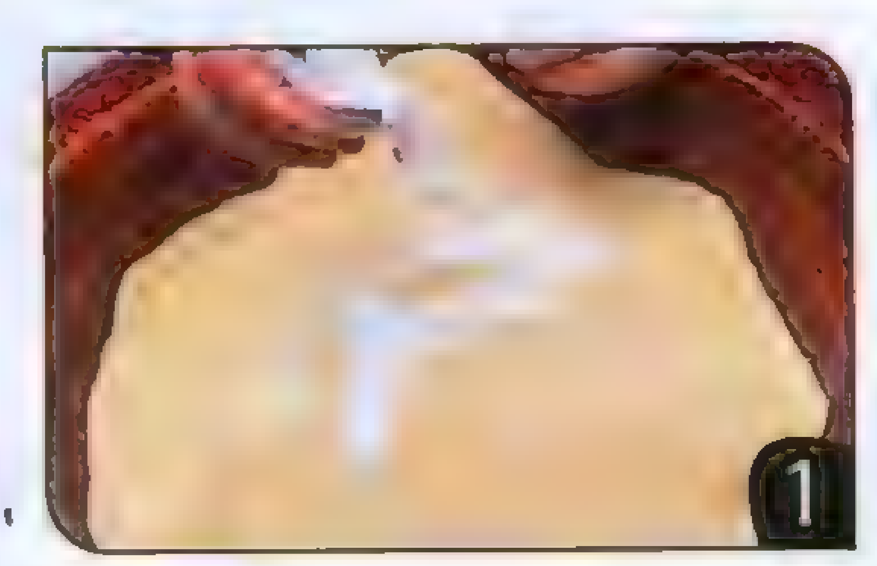
المقادير

- 1 كغ دقيق رطب (سيم)
- 1 كأس فرينة (سيم)
- 1 ملعقة كبيرة خميرة الخبز
- ملح
- ماء دافئ

INGRÉDIENTS

- 1 kg de semoule fine (Sim)
- 1 verre de farine (Sim)
- 1 cuillère à soupe de levure de boulanger
- Sel
- Eau tiède





داخل جفنة، ضعي السميد الرطب و الفرينة و الملح.

Dans une terrine, mettre la semoule fine, la farine et le sel.



أضيفي الخميرة ثم الماء تدريجيا مع الخلط بكف اليد.

Mettre la levure et ajouter l'eau progressivement tout en mélangeant avec la paume de la main.



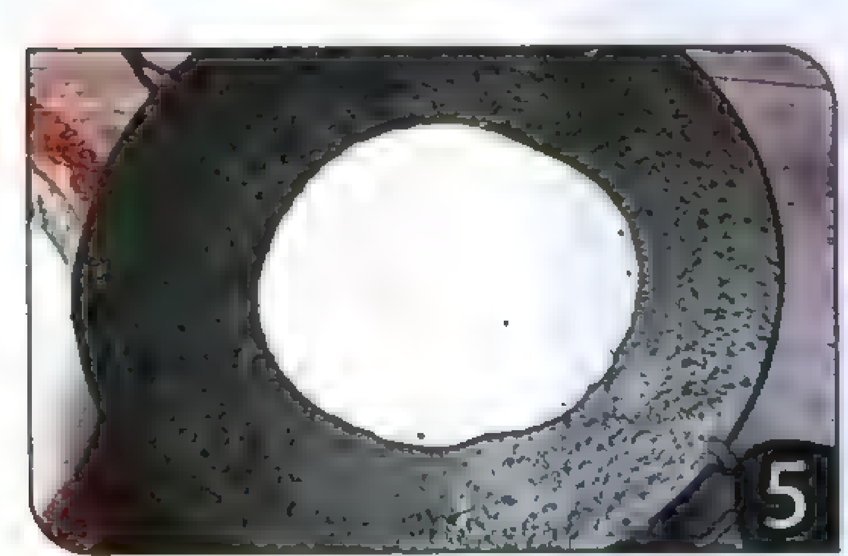
اخلطي جيدا و ادلكي العجينة و اخفقيها لتدخلي الهواء.

Mélanger bien la pâte en pétrissant et battre la pâte



أضيفي الماء تدريجيا حتى تحصلي على عجينة سائلة و ثقيلة. ضعيها داخل قدر و اتركي العجينة تخمر.

Ajouter l'eau jusqu'à l'obtention d'une pâte liquide et consistante. Laisser la pâte lever.



املئي غراف بالعجينة السائلة و صبيه على طاجين ساخن و مدهون بالزيت (ادهني الطاجين باستعمال قطعة قماش).

Remplir une louche de pâte liquide et cuire sur la plaque (tadjine) badigeonné d'huile.



اتركي البغرير ليطهو دون قلبه حتى يشكل ثقوبا كثيرة على السطح. قدمي البغرير بعد سقيه في خليط من الزبدة و العسل.

Laisser cuire jusqu'à l'apparition de plusieurs trous sur la surface. Servir les galettes de baghrir trempés dans un mélange de beurre et de


www.cuisine4arabe.com
www.cuisine4arabe.com



المسمن

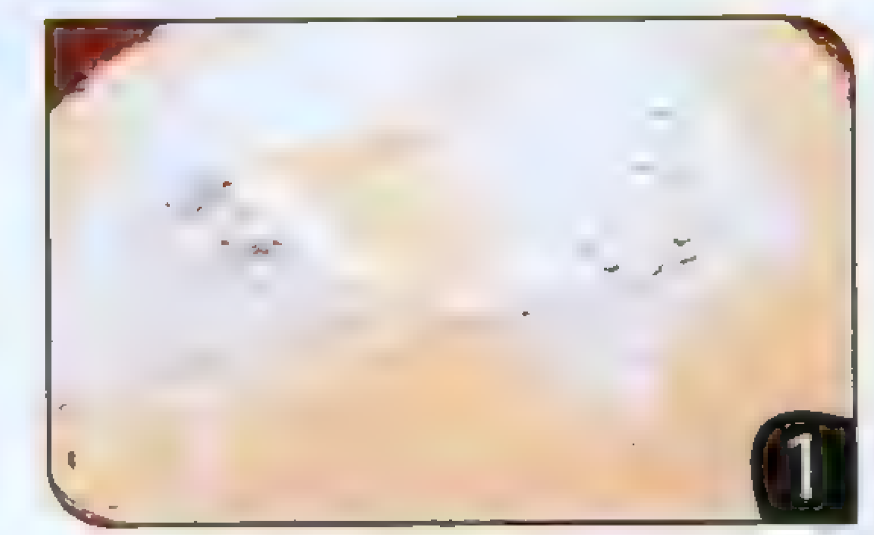
المقادير

- 1 كغ سميد رطب (سيم)
- 1 كأس فرينة (سيم)
- زيت
- ملح
- ماء دافئ

INGRÉDIENTS

- 1 kg de semoule fine (Sim)
- 1 verre de farine (Sim)
- Eau tiède
- Sel
- Huile





1

داخل جفنة، ضعي السميد و الفرينة و اخلطي.

Dans une terrine, mettre la semoule et la farine et mélanger.



2

أضيفي الماء و الملح اجمعي العجينة.

Mouiller avec de l'eau tiède puis ajouter le sel et ramasser la pâte.



3

ادلكي العجينة بيديك حتى تصبح بيضاء و تشكل فقاعات.

Bien pétrir la pâte jusqu'à ce que la couleur de la pâte devienne blanche et forme de petites



4

شكلي كريات صغيرة من العجينة ثم اطليها بالزيت و اتركيها ترتاح. على طاولة عمل ملساء و مدهونة بالزيت، ابسطي الكريات على شكل قرص رقيق وشفاف.

Façonner des boules, les badigeonner d'huile et laisser reposer. Sur un plan de travail lisse et huilé, abaisser les boules avec les doigts en forme d'un cercle fin.

5

اطوي الجزء الأول على الجزء الثاني المقابل له ثم اطوي هذا الأخير لتشكلي مستطيلا. ضعي القليل من الزيت ثم اطوي المستطيل طوليا بجلب طرفي المستطيل نحو الوسط لتحصلي على مربع.

Plier le premier côté sur le deuxième côté en face. Mettre un peu d'huile puis plier le troisième côté sur le quatrième pour obtenir la forme d'un carré.



6

اطهي مربعات المسمن على طاجين ساخن و مدهون بالزيت على كلا الجانبين.

Sur une plaque (Tadjine) huilée et bien préchauffé, faire cuire les carrés m'semen sur les deux côtés.

www.cuisine4arabe.com



www.cuisine4arabe.com
www.cuisine4arabe.com

المحاجب

المقادير

- **العجينة:**
- 1 كغ سميد رطب (سيم)
- 1 كأس فرينة (سيم)
- زيت
- ملح
- ماء دافئ

- **الحشو:**
- 2 بصل
- 2 طماطم
- 1 ملعقة كبيرة معجون الطماطم
- 1 فلفل حار أحمر
- ملح و فلفل أسود
- زيت

INGRÉDIENTS

- **La pâte :**
- 1kg de semoule fine (Sim)
- 1 verre de farine (Sim)
- Eau tiède
- Sel
- Huile

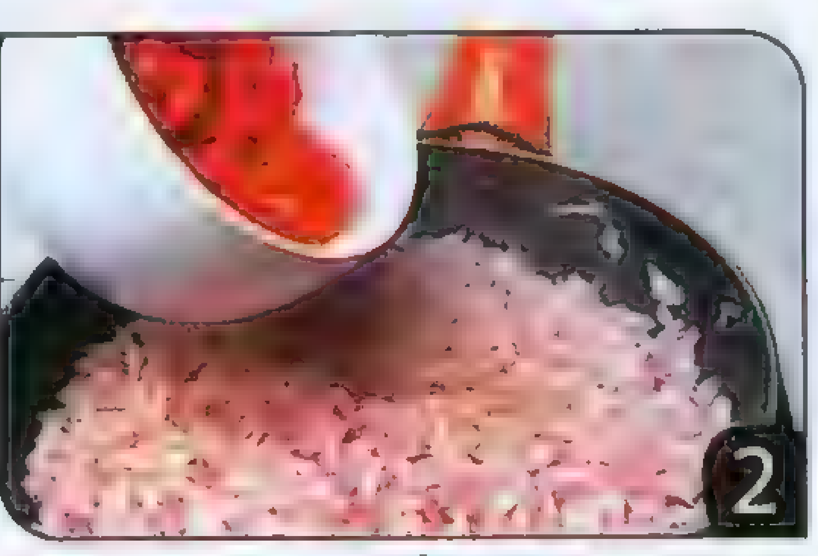


- **La farce :**
- 2 oignons
- 2 tomates
- 1 cuillère à soupe de concentré de tomate
- 1 piment rouge
- Sel, poivre
- Huile



حضري الحشو: داخل مقلاة، ضعي الزيت و قلي فيه البصل المقطع رقيق. تبلي بالملح و الفلفل الأسود.

Préparer la farce: dans une poêle, mettre l'huile puis y faire revenir l'oignon émincé. Saler et poivrer.



عندما يذبل البصل، أضيفي الطماطم المرحية.

Quand l'oignon aura une couleur blanchâtre, ajouter les tomates râpées.



حركي و اتركي المقلاة على النار ثم أضيفي معجون الطماطم.

Remuer et laisser mijoter puis mettre la cuillère de concentré



اتركي الصلصة لتستوي على نار متوسطة حتى تتشرب المرق.

Laisser la farce cuire sur feu moyen jusqu'à l'absorption de toute la sauce.



داخل جفنة، ضعي السميد و الفرينة، و اخلطي. أضيفي الماء و الملح و اجمعي العجينة.

Dans une terrine, mettre la semoule et la farine et mélanger. Mouiller avec de l'eau tiède puis ajouter le sel et ramasser la pâte.



ادلكي العجينة بيديك حتى تصبح بيضاء و تشكل فقاعات.

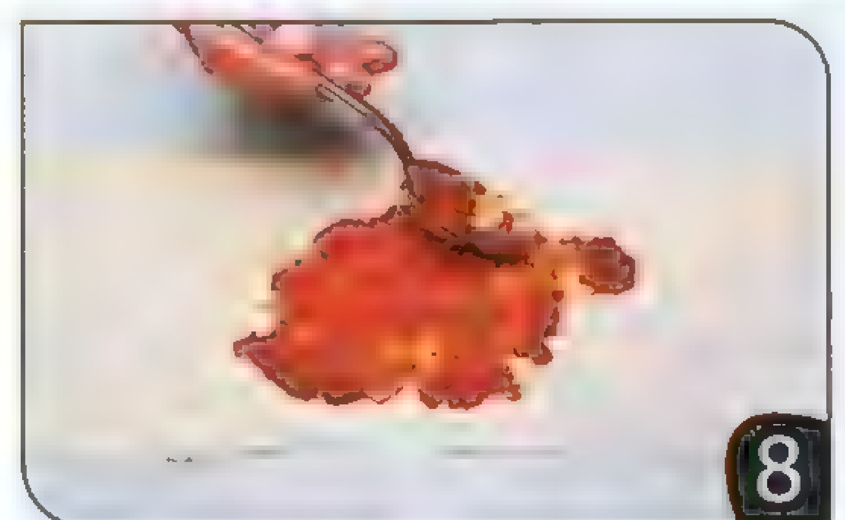
Bien pétrir la pâte jusqu'à ce que la couleur de la pâte devienne blanche et forme de petites





شكلي كريات صغيرة من العجينة ثم اطليها بالزيت و اتركيها ترتاح. على طاولة عمل ملساء و مدهونة بالزيت، ابسطي الكريات على شكل قرص رقيق وشفاف.

Façonner des boules, les badigeonner d'huile et laisser reposer. Sur un plan de travail lisse et huilé, abaisser les boules avec les doigts en forme d'un cercle fin.



اطوي الجزء الأول على الجزء الثاني و اطوي الجزء الثاني المقابل له لتشكي مستطيلا. ضعي ملعقة كبيرة من الحشو في الوسط

Plier le premier côté sur le deuxième côté en face. Mettre une cuillère à soupe de la farce préparée au milieu du rectangle.



غطي الحشو بجلب طرفي المستطيل نحو الوسط لتحصلي على مربع.اطهي مربعات المحاجب على طاجين ساخن و مدهون بالزيت على كلا الجانبين.

Couvrir la farce en pliant le troisième côté sur le quatrième pour obtenir la forme d'un carré. Sur une plaque (Tadjine) huilée et bien préchauffé, faire cuire les carrés de m'hadjeb sur les deux côtés.

 aq)

(الورق الفطائر)

المقادير

- 1 كغ سميد رطب (سيم)
- 1 كأس فرينة (سيم)
- زيت
- ملح
- ماء

INGRÉDIENTS

- 1kg de semoule fine (Sim)
- 1 verre de farine (Sim)
- Eau
- Sel
- Huile

ملاحظة

يمكنك استعمال الورق لتحضير رفيس بالعسل او وصفة مملحة مثل الشخشوخة المعروفة لدينا و ذلك بعد تفتيت الورق إلى قطع صغيرة.

NOTE

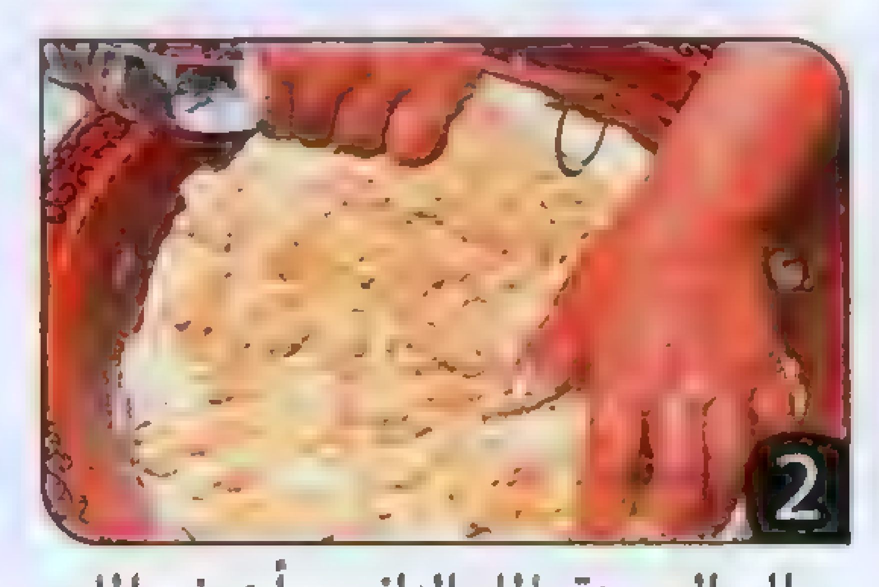
Vous pouvez utiliser ces feuilles pour préparer un refis arrosé de miel ou une préparation salée qui n'est autre que la chakhchoukha bien connu de chez nous.





داخل جفنة، ضعي السميد و الفرينة، و اخلطي.

Dans une terrine, mettre la semoule et la farine et mélanger.



بللي العجينة بالماء الدافئ و أضيفي الملح ثم اجمعي العجينة.

Mouiller avec de l'eau tiède puis ajouter le sel et ramasser la pâte.



ادلكي العجينة بيديك حتى تصبح بيضاء و تشكل فقاعات. شكلي كريات صغيرة من العجينة ثم اطليها بالزيت و اتركيها ترتاح.

Bien pétrir la pâte jusqu'à ce que la couleur de la pâte devienne blanche et forme de petites boules. Façonner des bulles, les badigeonner d'huile



على طاولة عمل ملساء و مدهونة بالزيت، ابسطي الكريات على شكل قرص رقيق وشفاف. ضعي الورقة على طاجين ساخن و مدهون بالزيت.

Sur un plan de travail lisse et huilé, abaisser les boules avec les doigts en forme d'un cercle fin. Faire cuire sur une plaque (Tadjine) huilée et bien préchauffé.



خذي كرية أخرى و ابسطيها مثل الأولى و ضعيها فوق الورقة الأولى و اقلبيها لتستوي.

Prendre une deuxième boule et aplatir de la même façon et la poser sur la première feuille qui est sur la plaque puis tourner pour faire cuire.



كرري نفس العملية مع باقي الكريات حتى تشكلي 15 ورقة أو أكثر. اطوي مجموعة الورق لتستوي على الأطراف قبل نزعها من الطاجين.

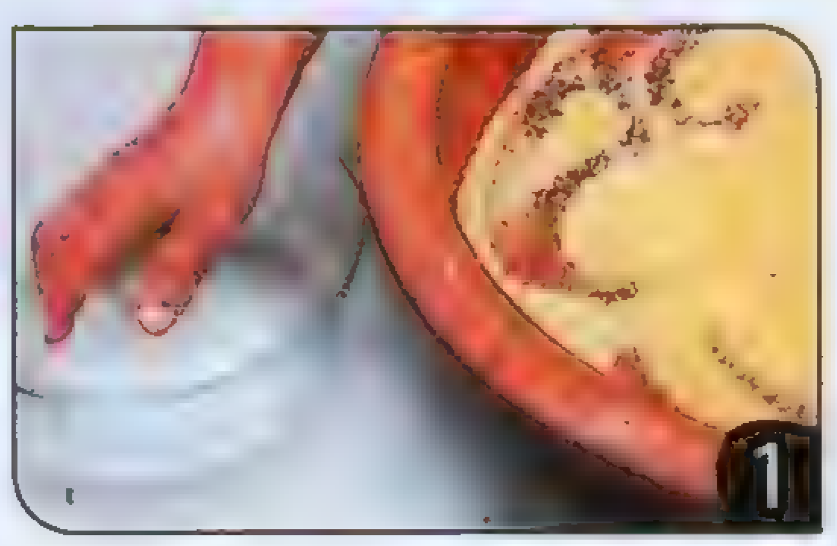
Répéter la même opération avec toutes les boules jusqu'à l'obtention d'un paquet de 15 feuilles ou plus. A la fin plier le paquet pour cuire les extrémités.



www.cuisine4arabe.com

 pois

مسفوف بالجلبانة



حضري الكسكس: داخل جفنة، ضعي الدشيشة ثم أضيفي الماء بكميات قليلة و افتلي السميد بعملية ذهاب و إياب الكفين فوق السميد.

Préparer le couscous: dans une terrine mettre la grosse semoule ajouter l'eau en petites quantités et remuer avec la paume des mains en les faisant aller et revenir sur la semoule.



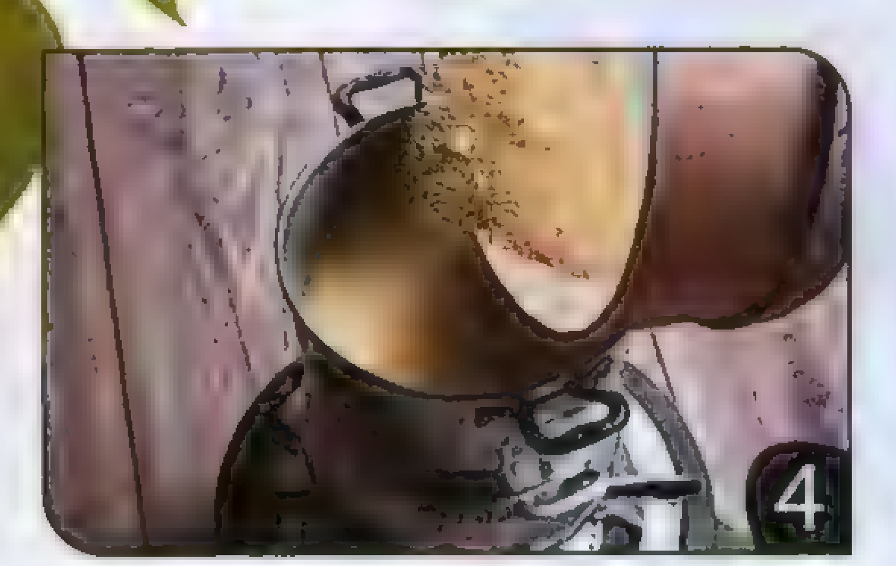
واصلي تحريك السميد مع مواصلة تبليله بكميات قليلة من الماء و إضافة السميد المتوسط بكميات قليلة حتى يتحول السميد إلى كريات صغيرة. غربلي السميد في الخراج.

Continuer à remuer la semoule en ajoutant l'eau et la semoule moyenne en petites quantités jusqu'à ce que la semoule se transforme en petites boules. Passer la semoule au tamis.



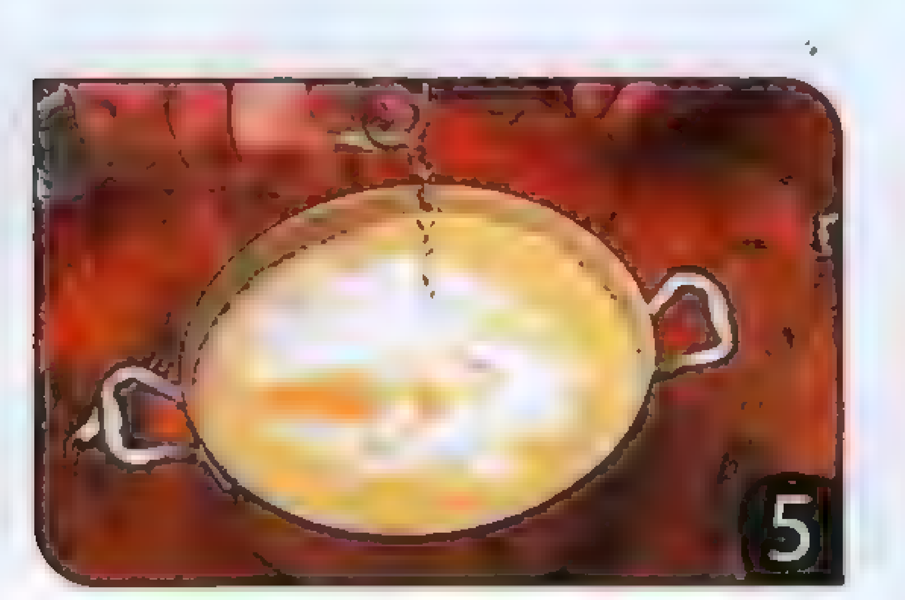
أضيفي القليل من السميد المتوسط و القليل من الماء و واصلي عملية تحويل السميد إلى كسكس.

Ajouter encore un peu de semoule moyenne et un peu d'eau et continuer à



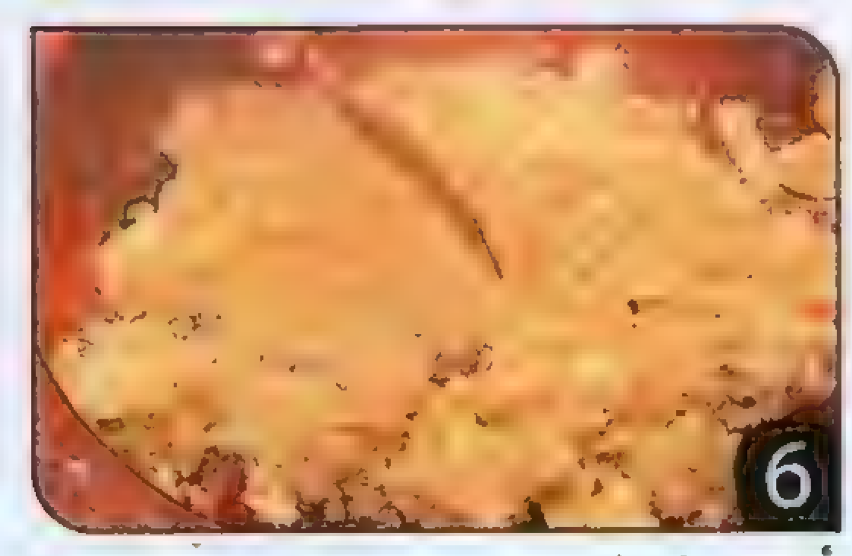
غربلي الكسكس المحصل عليه و ضعيه في الكسكاس و فوريه.

Tamiser le couscous obtenu et le mettre dans un couscoussier et cuire à la vapeur.



عندما يفور الكسكس، انزعيه من على القدر و بلليه بلتر من الماء و ضعي ملعقة كبيرة من الملح.

Une fois le couscous cuit, retirer le couscoussier du feu, et l'arroser d'un litre d'eau et le saupoudrer d'une cuillère à soupe de sel.



أفرغي الكسكس داخل الجفنة و اتركيه يرتاح حتى يتشرب الماء كليا و يجف.

Verser le couscous dans une terrine et laisser reposer jusqu'à absorption de l'eau et séchage.

المقادير

- 500 غ جلبانة
- **الكسكس:**
- 1 كيلو سميد متوسط (سيم)
- 250غ دشيشة (سيم)
- ماء
- ملح

INGRÉDIENTS

- 500 g de petits pois
- **Le couscous :**
- 1 kilo de semoule moyenne (Sim)
- 250 g de grosse semoule (dechicha) (Sim)
- Eau
- Sel

ملاحظة

يمكنك نشر الطعام فوق الإزار ليجف، و تحضيره عند الحاجة.

NOTE

Mettre le couscous à sécher à l'air pendant 2 à 3 jours et l'utiliser en cas de besoin.







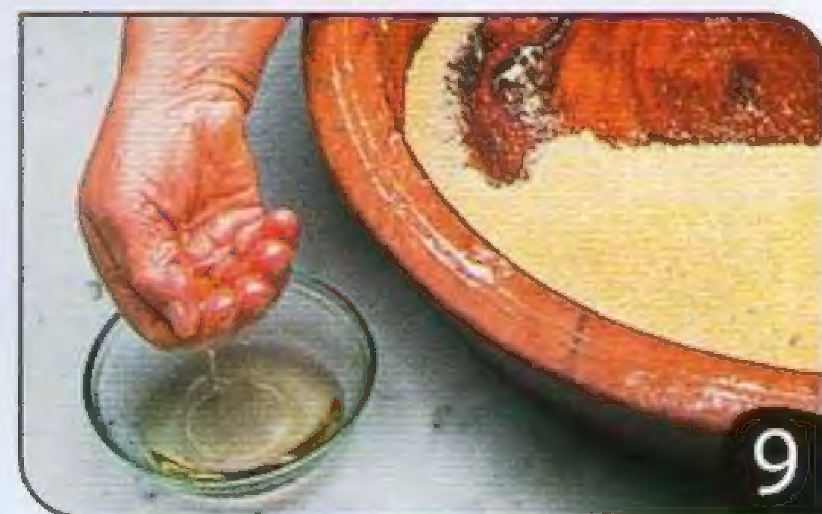
عندما يجف الكسكس ادهنيه بالزيت
و حركيه جيدا.

Une fois le couscous séché l'arroser d'huile et bien remuer.



ضعي الجلبانة في الكسكاس لتفور بدورها
و عندما تستوي جزئيا ضعي فوقها الكسكس
المفور و المجفف و أكملي عملية الطهي.

Mettre les petits pois à cuire à la vapeur dans le couscoussier puis verser dessus le couscous séché et poursuivre la cuisson.



عندما يستوي الكسكس و الجلبانة افرغي
محتوى الكسكاس داخل الجفنة و اخلطي جيدا
ثم ادهني المسفوف بالزبدة أو الزيت. قدمي
طبق المسفوف مع اللبن أو الرائب.

Une fois le couscous et les petits pois cuits, verser le contenu du couscoussier dans une terrine et huiler ou beurrer. Servir el mesfouf avec du lait caillé

www.cuisine4arabe.com



البركوكس

المقادير

- 1 كيلو سميد متوسط (سيم)
- 250 غ دشيشة
- ماء
- ملح

INGRÉDIENTS

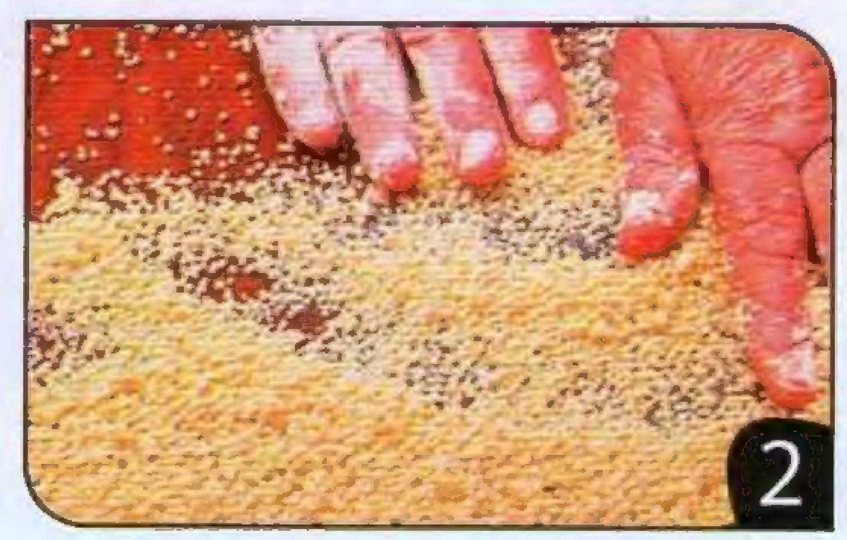
- 1 kilo de semoule moyenne (Sim)
- 250 g de grosse semoule (dechicha) (Sim)
- Eau
- Sel





داخل جفنة، ضعي الدشيشة و أضيفي الماء و حركي بكفيك بعملية ذهاب و إياب لفتل السميد. أضيفي حفنة من السميد المتوسط.

Dans une terrine mettre la grosse semoule ajouter l'eau et remuer avec la paume des mains en les faisant aller et revenir sur la semoule. Ajouter une poignée de semoule moyenne.



واصلي عملية فتل السميد بإضافة الماء بكميات قليلة حتى يتحول السميد إلى حبات خشنة.

Continuer à remuer la semoule en ajoutant l'eau en petites quantités jusqu'à ce que la semoule se transforme en grosses graines.



غربلي السميد المفتول في الخراج. ضعي حبات الخشنة في إناء و واصلي فتل ما تبقى من السميد مع إضافة الماء و السميد دائما بكميات قليلة.

Passer la semoule façonnée au tamis (El kharadj). Verser les grosses graines restées dans le tamis et continuer à travailler le reste de la semoule tamisée en ajoutant



غربلي البركوكس المفتول و ضعيه داخل كسكاس لطهيه على البخار.

Tamiser le Berkoukous obtenu et le mettre dans un couscoussier et cuire à la vapeur.



عندما يستوي البركوكس، انزعيه من على القدر و افرغي محتوى الكسكاس داخل الجفنة و ابسطيه بيدك لتفرقة حبات البركوكس.

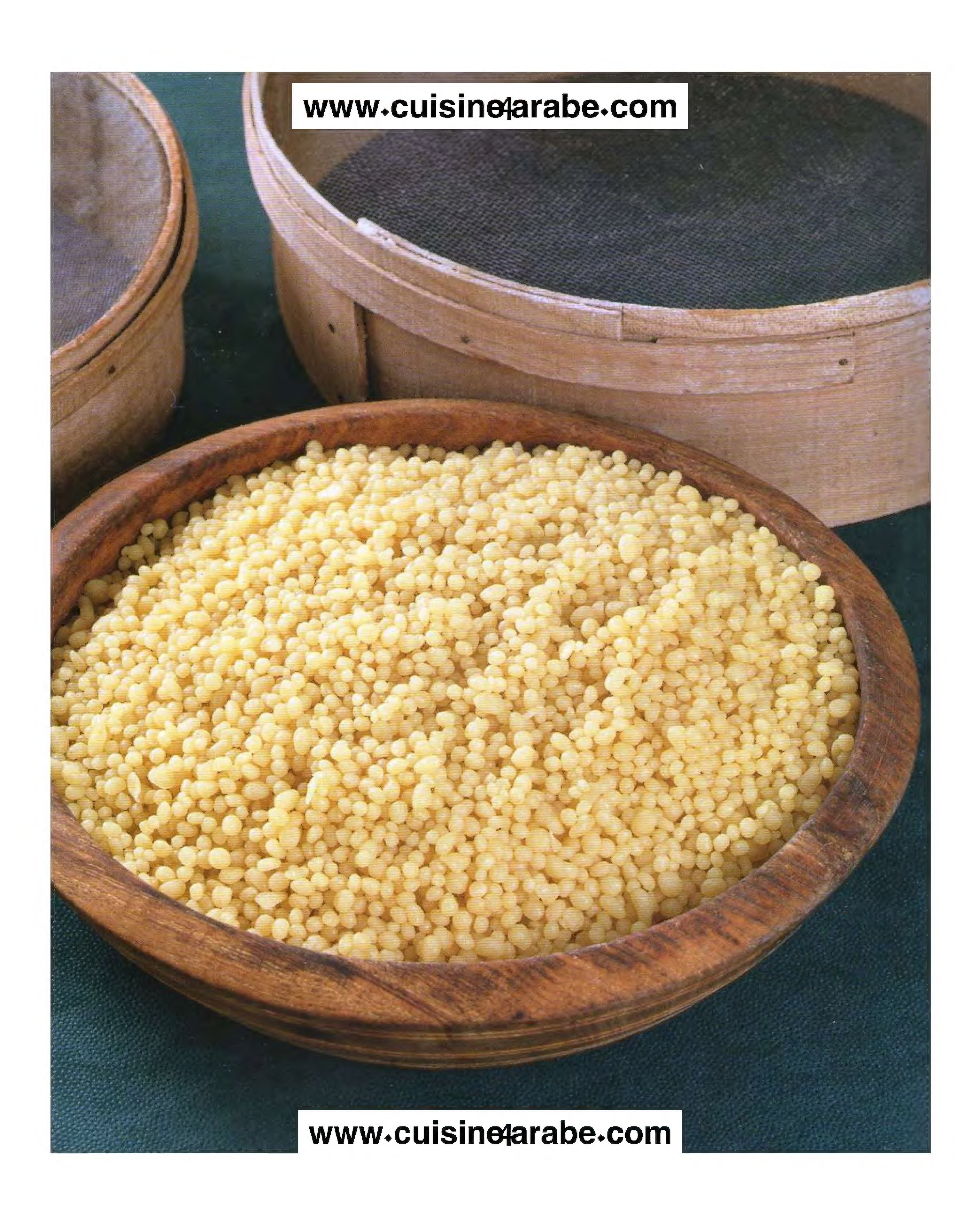
Une fois le Berkoukes cuit, retirer le couscoussier du feu et verser le Berkoukes dans une terrine et l'écraser avec la main pour séparer les grosses boules.

ملاحظة

ضعي البركوكس ليجف لمدة 2 إلى 3 أيام قبل تحضيره بالمرق.

NOTE

Mettre le Berkoukes à sécher à l'air pendant 2 à 3 jours avant de le préparer en sauce.



www.cuisine4arabe.com


www.cuisine4arabe.com
DjenaneLala
spécial pâtes
TRADITIONNEL
15 recettes
Vu sur Samira tv
Samira tv
Dépôt légal : 271- 2014
9 789947 270035
Edition La Plume
www.cuisine4arabe.com